



Aktionsbündnis
Seelische Gesundheit



Woche der
Seelischen Gesundheit



ZUSAMMEN DER ANGST DAS GEWICHT NEHMEN

10.–20. OKTOBER 2023

www.seelischegesundheit.net

WOCHE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

- VERANSTALTUNGEN DER STADT HERNE -

01.10.2023

11 bis 12 Uhr

Warum lieber cool als gestresst?

Tanja Rödiger, Online-Vortrag für Kinder, kostenfrei.
Anmeldungen über vhs-herne.de oder 0 23 23 / 16 - 16 43.

12.10.2023

11 bis 11:45 Uhr

Lesung aus „Wenn ich ängstlich bin“

Nanna Neßhöver, Lesung für Kitas, Stadtbibliothek Herne.
Anmeldungen über 0 23 23 / 16 - 2803 oder - 2794, kostenfrei.

13.10.2023

11 bis 12 Uhr

Und das soll Liebe sein ...?

Annelie Gogalla, Vortrag zu toxischen Beziehungen,
Bürger-Selbsthilfe-Zentrum, Rathausstr. 6, Herne, kostenfrei.
Anmeldungen über buez@herne.de oder 0 23 23 / 16 - 36 36.

17.10.2023

10 bis 13 Uhr

Informationsstände des Sozialpsychiatrischen Dienstes

Fußgängerzone, Bahnhofstr. 39, Herne-Zentrum, kostenfrei.
Keine Anmeldung erforderlich.

17.10.2023

18 bis 19:30 Uhr

Wie unsere Persönlichkeit die Gesundheit beeinflusst

Ute Wellmann, Vortrag, vhs Wilhelmstr. 37, Herne, kostenfrei.
Anmeldungen über vhs-herne.de oder 0 23 23 / 16 - 16 43.

18.10.2023

10 bis 13 Uhr

Informationsstände des Sozialpsychiatrischen Dienstes

Fußgängerzone, Hauptstr. 231-233, Herne-Wanne, kostenfrei.
Keine Anmeldung erforderlich.

19.10.2023

19 bis 20 Uhr

Schlafstörungen

Dr. Daniel Sippel, Online-Vortrag, kostenfrei.
Anmeldungen über vhs-herne.de oder 0 23 23 / 16 - 16 43.

26.10.2023

17 bis 18:30 Uhr

Heilkraft des Schreibens (Vortrag)

Larissa Loges, Rathausstraße 6, 44649 Herne, kostenfrei.
Anmeldungen über buez@herne.de oder 0 23 23 / 16 - 36 36.



Nähere Informationen finden sich
unter www.herne.de/wsg



Stadt Herne